

Физминутки по ПДД

«Вот идет пешеход».

Вот идет пешеход - раз, два, три.
Как он знает Правила – посмотри!
Красный свет – дороги нет,
Стой и жди!
Желтый свет горит в окошке –
Подождем еще немножко!
А зеленый впереди –
Вот теперь смелей иди!

«Постовой»

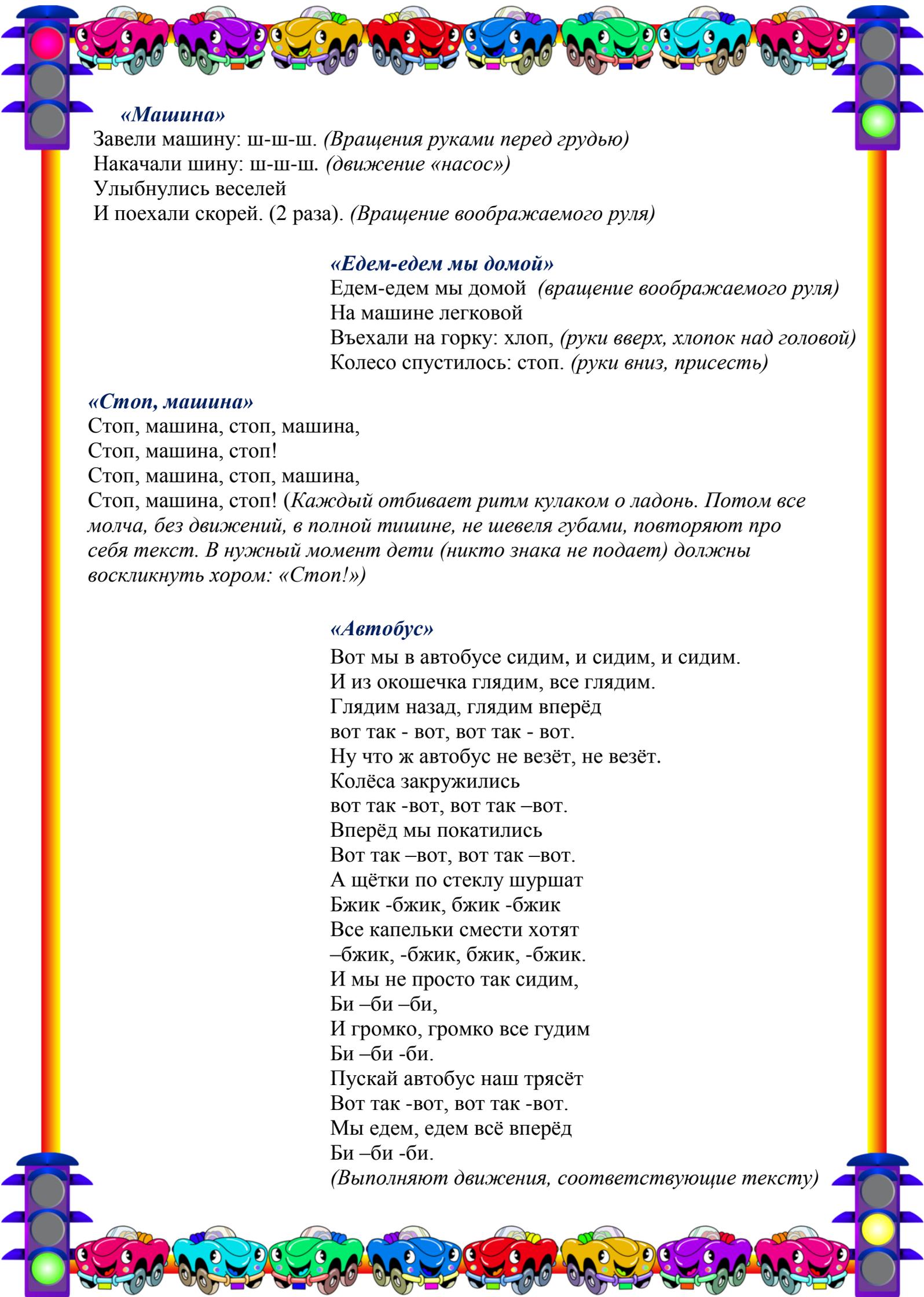
Постовой стоит упрямый *(шагаем на месте)*
Людам машет: Не ходи!
(движения руками в стороны, вверх, в стороны, вниз)
Здесь машины едут прямо *(руки перед собой)*
Пешеход, ты погоди! *(руки в стороны)*
Посмотрите: улыбнулся *(руки на пояс)*
Приглашает нас идти *(шагаем на месте)*
Вы, машины, не спешите *(хлопки руками)*
Пешеходов пропустите! *(прыжки на месте)*

«Светофор».

В светофор мы поиграем, *(Хлопают в ладоши)*.
Раз, два, три, четыре, пять.
Предлагаю всем Вам встать. *(Ходьба на месте маршируя)*.
Красный свет нам «Стой!» кричит, *(стоят на месте)*.
Ждать зеленого велит.
Вот и желтый загорелся, *(Рывки руками под грудью)*.
Приготовиться пора
Руки, ноги, разогреем *(Приседания)*.
Начинаем детвора!!!
Вот зеленый загорелся, *(Руки поднять вверх)*.
Можно нам идти вперед,
Если пред тобою «Зебра», *(Ходьба на месте маршируя)*.
Будь смелее пешеход.

«Машина»

Шла по улице машина,
Шла машина без бензина,
Шла машина без шофера,
Без сигнала светофора,
Шла, сама куда не зная,
Шла машина заводная. *(Двигаться в заданном направлении, вращая воображаемый руль)*.



«Машина»

Завели машину: ш-ш-ш. *(Вращения руками перед грудью)*

Накачали шину: ш-ш-ш. *(движение «насос»)*

Улыбнулись веселей

И поехали скорей. (2 раза). *(Вращение воображаемого руля)*

«Едем-едем мы домой»

Едем-едем мы домой *(вращение воображаемого руля)*

На машине легковой

Въехали на горку: хлоп, *(руки вверх, хлопок над головой)*

Колесо спустилось: стоп. *(руки вниз, присесть)*

«Стоп, машина»

Стоп, машина, стоп, машина,

Стоп, машина, стоп!

Стоп, машина, стоп, машина,

Стоп, машина, стоп! *(Каждый отбивает ритм кулаком о ладонь. Потом все молча, без движений, в полной тишине, не шевеля губами, повторяют про себя текст. В нужный момент дети (никто знака не подает) должны воскликнуть хором: «Стоп!»)*

«Автобус»

Вот мы в автобусе сидим, и сидим, и сидим.

И из окошечка глядим, все глядим.

Глядим назад, глядим вперед

вот так - вот, вот так - вот.

Ну что ж автобус не везёт, не везёт.

Колёса закружились

вот так - вот, вот так - вот.

Вперед мы покатались

Вот так - вот, вот так - вот.

А щётки по стеклу шуршат

Бжик -бжик, бжик -бжик

Все капельки смести хотят

-бжик, -бжик, бжик, -бжик.

И мы не просто так сидим,

Би -би -би,

И громко, громко все гудим

Би -би -би.

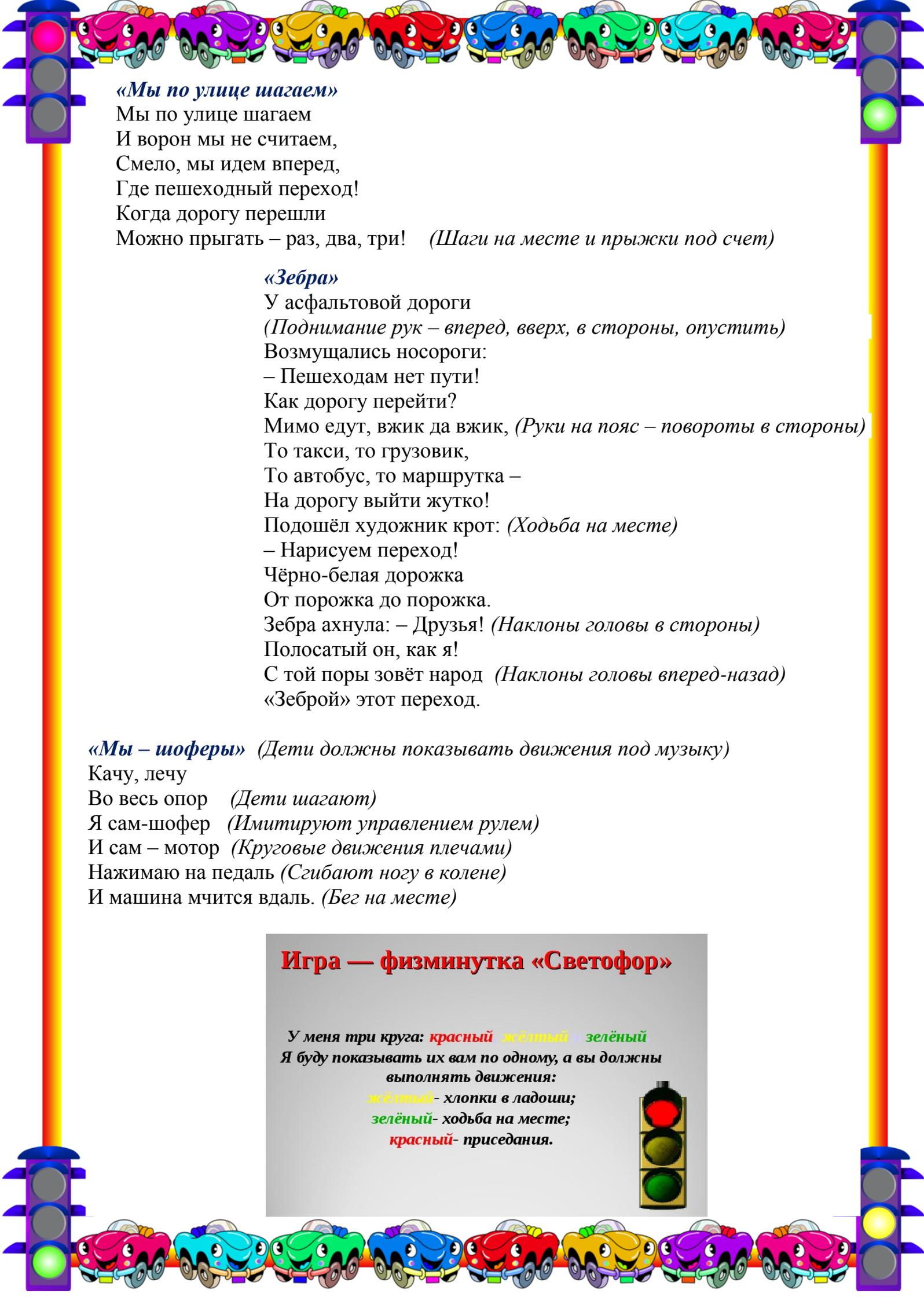
Пускай автобус наш трясёт

Вот так - вот, вот так - вот.

Мы едем, едем всё вперед

Би -би -би.

(Выполняют движения, соответствующие тексту)



«Мы по улице шагаем»

Мы по улице шагаем
И ворон мы не считаем,
Смело, мы идем вперед,
Где пешеходный переход!
Когда дорогу перешли
Можно прыгать – раз, два, три! *(Шаги на месте и прыжки под счет)*

«Зебра»

У асфальтовой дороги
(Поднимание рук – вперед, вверх, в стороны, опустить)
Возмутились носороги:
– Пешеходам нет пути!
Как дорогу перейти?
Мимо едут, вжик да вжик, *(Руки на пояс – повороты в стороны)*
То такси, то грузовик,
То автобус, то маршрутка –
На дорогу выйти жутко!
Подошёл художник крот: *(Ходьба на месте)*
– Нарисуем переход!
Чёрно-белая дорожка
От порожка до порожка.
Зебра ахнула: – Друзья! *(Наклоны головы в стороны)*
Полосатый он, как я!
С той поры зовёт народ *(Наклоны головы вперед-назад)*
«Зеброй» этот переход.

«Мы – шоферы» *(Дети должны показывать движения под музыку)*

Качу, лечу
Во весь опор *(Дети шагают)*
Я сам-шофер *(Имитируют управлением рулем)*
И сам – мотор *(Круговые движения плечами)*
Нажимаю на педаль *(Сгибают ногу в колене)*
И машина мчится вдаль. *(Бег на месте)*

Игра — физминутка «Светофор»

У меня три круга: **красный** **жёлтый** и **зелёный**
Я буду показывать их вам по одному, а вы должны
выполнять движения:

жёлтый- хлопки в ладоши;
зелёный- ходьба на месте;
красный- приседания.



